

Riitta Pöysti

MUISTOJEN HELMET

Vanhustyön koulutusohjelma

2014

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	MUISTELU.....	8
3	MUISTOT	9
3.1	Muistojen tallentuminen mieleen.....	9
3.2	Muistojen olemus.....	10
3.3	Muistojen merkitys	11
3.4	Muistojen jakaminen.....	14
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	16
4.1	Tutkimuksen tarkoitus	16
4.2	Tutkimustehtävät.....	16
4.3	Aineistonkeruumenetelmä	17
4.4	Haastateltavat	18
5	AINEISTON ANALYYSI	19
6	TULOSTEN TARKASTELU JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	21
6.1	Merkittävät muistot.....	23
6.1.1	Luontoon liittyviä muistoja	23
6.1.2	Huolenpitoon liittyviä muistoja	25
6.1.3	Muistot konkreettisista asioista	27
6.1.4	Hauskanpitoa koskevat muistot	28
6.2	Muistoihin palaaminen ja niiden merkitys.....	30
7	TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	33
7.1	Eettisyys.....	33
7.2	Luotettavuus.....	34
8	POHDINTA.....	35
	LÄHTEET	39
	LIITTEET	

MUISTOJEN HELMET

Pöysti, Riitta
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Vanhustyön koulutusohjelma
Joulukuu 2014
Ohjaaja: Teeri, Sari
Sivumäärä: 40
Liitteitä: 2

Asiasanat: muistot, muistelu, ikäihminen

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata ikäihmisen elämän tärkeimpiä muistoja ja niiden merkitystä. Merkittävät muistot voivat olla tapahtumina myönteisiä tai kielteisiä, mutta opinnäytetyön lähtökohtana oli selvittää näihin muistoihin mahdollisesti liittyvää myöhempää elämää kannattelevaa, voimaa antavaa sisältöä.

Tutkimusote oli laadullinen ja tiedonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Tutkimusta varten haastateltiin kahta yli 80 vuotiasta henkilöä. Haastateltavat valikoituvat viikoittain kokoontuvista ikäihmisten keskustelu- ja toimintaryhmistä. Haastatteluaineisto analysoitiin induktiivista sisällönanalyysi menetelmää käyttäen.

Tutkimuksessa esiin nousseet tärkeimmät muistot luokiteltiin luontoon, huolenpitoon, hauskanpitoon ja konkreettisiin asioihin kuuluviksi. Tutkimus osoitti lapsuus- ja nuoruusvuosiin sijoittuvat muistot tärkeimmiksi ja niiden merkityksen suureksi. Toisaalta hyvienkin muistojen taustalla olleet ikävät asiat ja aikakauden vaikeat olosuhteet vaikuttivat muiston luonteeseen ja muistojen merkityksellisyyden kokemiseen. Muistoihin oli palattu vaikeina aikoina, erityisesti vanhuudessa. Tutkimusta voidaan hyödyntää esimerkiksi vanhustyön koulutuksessa elämäkokemuksen merkityksiä pohdittaessa. Tämän tutkimuksen perusteella voidaan tulkita varsinkin lapsuus- ja nuoruus muistojen olevan yksi merkittävä tekijä ikäihmisen elämää kannattelevana asiana.

THE PEARLS OF THE MEMORIES

Pöysti, Riitta

Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in care for the elderly

December 2014

Supervisor: Teeri, Sari

Number of pages: 40

Appendices: 2

Keywords: memories, reminiscence, elderly people

The purpose of this thesis was to describe the elderly people's most important memories and their meanings. Meaningful memories might be either positive or negative but the basis of this thesis was to find out the supporting, empowering contents in the memories, which possibly served as support later in life.

Research approach was qualitative and theme interview was used as the data collection method. Two people past 80 of age were interviewed for this research. The interviewees were selected from weekly assembling discussion- and activity groups for elderly people. The interview material was analyzed using inductive content analysis.

The most important memories that surfaced during the interview were categorised as related to either nature, care, fun or concrete things. Research showed the memories of youth and childhood as the most important and their significance was high. On the other hand, the unpleasant things behind even good memories and the difficult conditions of the time did have an effect on the memory's nature and the way its significance was perceived. The memories were recalled during difficult times, especially during old age. This research may be used for an example in the education for elderly care upon pondering the meaning of life experience. Based on this research the following interpretation can be made: especially the memories of childhood and youth are significant factors among the supporting things in one's life.

Nuoruusmuistoja

*" On arkea elomme tää, ja kaikki mi jäljelle jää,
päivät sen nuoruuden, usein muistoissa kimaltelee.
Ei aina se ruusuja suo, ei aina se onnea tuo,
kuitenkin tiedän sen, nuoruuden aika on rakkauden.*

*On elomme muistoja vain, on elomme haaveita vain,
päivät sen, nuoruuden, kulkee ohitse kimaltaen.
Ei aina se ruusuja suo, ei aina se onnea tuo,
kuitenkin tiedän sen, nuoruuden aika on rakkauden."*

- Pihlajanmaa, Lasse. 1969.

1 JOHDANTO

”Vaikka usein elämässä korostetaan tavoitteellisuutta ja päämäärien löytämistä, tärkeämpää on kuitenkin itse matka ja kokemukset, jotka koetaan pyrittäessä elämän päämääriin” (Heikkinen, Jyrkämä Rantanen 2013, 246). Tutkimukseni syntyi lähtökohdasta nähdä ikäihminen eletyn elämänsä asiantuntijana. Kiinnostukseni kohteena on varsinkin elämänvarrella syntyneiden muistojen merkitys ikäihmiselle itselleen. Myös huoleni siitä, että kadotamme joka hetki hiljaista kokemuseräistä elämää, muistoja, poislähtevien sukupolvien mukana johti tämän tutkimuksen syntyyn.

Muistojen kertojille, muistoille ja niiden mahdollisille merkityksille puheenvuoron antava tutkimukseni tuntuu ajankohtaiselta varsinkin nyt kun, ihmisten tapaan elää tätä aikaa sisältyy paljon epäaitoutta, luodaan itse tilanteita ja kuvia tekemällä niistä erityisiä tekniikan keinoin. Aidot hetket ja tunnelmat katoavat kun elämää siirretään ja jaetaan toisille muokattuna. Samalla kun välillä hukumme toiseen todellisuuteen, hukutamme kokemuksellista elämänviisautta. Ikääntyminen on luopumista hyvin monesta asiasta, mutta monen jo menetetyinkin asian jälkeen vanhuudessa on jotakin tärkeää, mikä nuoruudesta puuttuu, muistot. Ikäihmisistä puhuttaessa muistojen tietoinen käyttäminen voimavarana on vähän tutkittu aihe, usein puhutaan pelkästään muistelusta tai muistelutyöstä, mikä sekin on tärkeää ja muistoihin kytkeytyvää. Muistoja voi houkutella esiin monin tavoin, mutta ikäihmisten kanssa toimiessa on hyvä tiedostaa, että aina ei tarvita välineitä ja keinoja, vain ihminen ja aika. ”muistojen kertominen ja kuuleminen on luonteva tapa olla yhdessä ja arvostaa toisen ihmisyyttä, vaikka siitä ei tehtäisi erityistä toimintaa” (Marin & Hakonen 2003, 54). Iäkkään ihmisen yksilöllisen elämänkokemuksellisuuden tavoittaminen aidossa vuorovaikutuksessa on yksi tutkimukseni kantavista ajatuksista.

Laadullisen tutkimukseni tarkoituksena on kuvata ikäihmisen elämän tärkeimpiä muistoja ja niiden merkitystä. Merkittävät muistot voivat olla tapahtumina myönteisiä tai kielteisiä, mutta tutkimukseni lähtökohtana on, selvittää näihin muistoihin mahdollisesti liittyvää myöhempää elämää kannattelevaa, voimaa antavaa sisältöä.

Tutkimusta varten on tarkoitus haastatella kahta yli kahdeksankymmentä- vuotiasta henkilöä teemahaastattelumenetelmällä. Aineisto analysoidaan induktiivista sisällön-analyysimenetelmää käyttäen.

2 MUISTELU

”Muisteleminen on koko elämän aikainen ja erityisesti sen muutosvaiheissa aktivoituva psykologinen ja vuorovaikutuksellinen prosessi, jonka avulla ihmiset jäsentävät omaa minuuttaan ja suhteuttavat tämänhetkisiä kokemuksiaan aikaisempiin omiin kokemuksiinsa, muiden ihmisten kokemuksiin ja kulttuurissa eläviin mallikertomuksiin” (Marin & Hakonen 2003, 51.) ”Muisteluprosessin on ajateltu aktivoituvan erityisesti vanhuudessa, kun tiedostetaan oman elämän väistämätön loppuminen ja joudutaan pohtimaan, miten menneen elämän ratkaisemattomat konfliktit ovat hyväksyttävissä osaksi omaa elämää” (Heikkinen ym. 2013, 252). ”Muistelua voi ymmärtää kahdella tasolla: se voi olla spontaania, arkisissa tilanteissa syntyvää ja toisaalta ammatillinen työmuoto. Muistelutyön voi määritellä työmenetelmäksi, joka stimuloi osallistujia muistelemaan kiinnostavia aiheita eri materiaalit ja toiminta muodot - kuten musiikki, kuvat, liike, tanssi, tarinat, draama, kirjallisuus virittävät muistelua.” (Marin & Hakonen 2003, 130.) Koska tutkimuksessani muistellut muistot nousevat esiin niiden merkittävyyden lähtökohdasta, ilman erityisiä keinoja, en pidä niitä varsinaisesti muistelutyön tuloksina, vaikkakin niitä tarkoituksella muistellaan.

Muistelemissella vaikuttasi olevan erilaisia painotuksia elämänlaadun kannalta. ”Elämän tarkoituksellisuutta ja hyvinvointia näyttäisi parhaiten edistävän se, että valalla on pyrkimys jäsentävään ja/ tai ratkaisukeskeiseen muisteluun. Jäsentävässä muistelussa pyritään kokonaisvaltaiseen elämän hahmottamiseen elämän hyvine ja huonoine puolineen. Ratkaisukeskeisessä muistelussa keskitytään elämän ongelmatilanteiden pohdiskeluun ja niissä opittujen ratkaisutapojen soveltamiseen nykyisissä ongelmissa. Elämän tarkoituksellisuutta puolestaan heikentää jatkuva suuntautuminen menneisyyteen pakenevaan tai menneisyyteen lukkiutuneeseen muisteluun. Menneisyyteen pakenevalle muistelulle on ominaista menneen elämän (useimmiten lapsuuden ja nuoruuden) kritiikitön ihannointi ja nykyisen elämän paheksuminen. Menneisyyteen lukkiutuvaa muistelua puolestaan kuvaa epäonnistumisen, katkeruuden ja epätoivon kokeminen omasta menneisyydestä ” (Heikkinen ym. 2013, 252.)

”Muistelemine on tapa kertoa toiselle, kuka ja millainen ihminen minä olen ja samalla kutsua toinen kuuntelemisen ja keskustelemisen kautta osalliseksi omaan elämään. Kuuntelijan rooli vuorovaikutuksessa ei ole passiivinen. Voi sanoa, että kuuntelija jossain mielessä osallistuu kertomuksen tuottamiseen, vaikka hän ei sanoisi sanaakaan. Jo kuuntelemisen laadulla sinänsä saattaa olla ratkaiseva merkitys muiston muodostumiselle. Näyttää siltä, että muistelu kuuluu olennaisesti ihmisen arki ajatteluun ja sitä kautta edustaa yhtä olemassaolon tasoa. Tässä mielessä ei ole ollenkaan yhdentekevää, miten esimerkiksi vanhustenhuollossa suhtaudutaan iäkkäiden muistoihin ja niiden kerrontaan” (Marin & Hakonen 2003, 51, 53.) Oman menneisyyden tarkasteleminen voi olla yksi mahdollisuus itsensä ymmärtämiseen ja hyväksymiseen. ”Kun katse yltää jo lähes koko elämänsä kulkemaan, näkymä on avara ja asioiden mittakaavaa pystyy tarkastelemaan aiemmasta poikkeavalla tavalla. Muistelemine näyttäytyykin voimavarana, jonka kautta elämälle voi löytyä uusia merkityksiä ja menneille tapahtumille uusia tulkintoja. Näin ikävistä tai ahdistavistakin tapahtumista voi päästää irti. Sovinto menneisyyden kanssa tuo helpotusta” (Haarni, Viljanen & Hansen 2014, 58.) Muistelemine johdattaa muistoihin, mutta myös toisinpäin, mieleen tullut muisto saa aikaan muistelua. Muiston luonne on muisteluun verrattuna ehkä yksilöllisempi ja henkilökohtaisempi.

3 MUISTOT

3.1 Muistojen tallentuminen mieleen

”Olipa kyseessä ensisuudelma tai lopputentti, kaikille kokemuksille käy lopulta samoin. Kun hetki on ohi, elämän huomattavimmat hetket sulautuvat aivoihin muistoiksi” (MacDonald 2009, 95.) Jotta muistojen olemassaolo ja niistä kertominen olisi ylipäättään mahdollista, tarvitaan muistia. Muistot tallentuvat muistin pitkäkestoiselle osa-alueelle, omanlaisinaan. Ne voivat olla joko sanallisessa tai kuvallisessa muodossa mutta myös esimerkiksi tuoksuina. Muistin pitkäkestoiseen osaan tallentuminen mahdollistaa myös niiden mieleen palauttamisen. (Erkinjuntti, Alhainen, Rinne & Huovinen. 2006, 14 -15.) Vastoin yleisiä käsityksiä aivoissa ei ole omaa tiettyä ”loke-

roa” muistoille. ”Aivosi eivät tallenna muistoja uskollisesti arkistoon, jotta voisit palauttaa ne koska tahansa halutessasi, vaan ne tulevat osaksi aivoja yhdessä ideoiden uskomusten, luonteen ja muiden sellaisten tekijöiden kanssa, jotka tekevät sinusta ainutkertaisen persoonan –sinut. Tutkijat ovat vuosikausia etsineet aivoista muistojen arkistokaapin biologista vastinetta, jossa entiset kokemukset olisivat siististi tallessa. Sellaista varastoa ei ole koskaan löytynyt. Sen sijaan nykyisin on melko varmaa, että aivot muistavat käymällä läpi toisiinsa moninkertaisesti kytkettyjä käsiteryhmiä, jotka on tallennettu eri puolille aivoja” (MacDonald 2009, 96- 99.) Vaikka muistot ovat hajallaan ympäri aivoja, on aivojen alaosassa sijaitsevalla hippokampuksella tärkeä tehtävä muistin tallennuksen järjestämisessä. Hippokampus tekee myös mahdolliseksi uusien pitkäkestoisten muistojen muodostamisen. (MacDonald 2009, 100-102.)

3.2 Muistojen olemus

Tiedämme muistojen olevan menneen ajan tapahtumia, elettyjen kokemusten jälkiä mielessä. Juuri näin muistoja usein myös määritellään. ”Muistoissa kelaamme lukuisia tapahtumia hetkiä, episodeja, jotka ovat juuri minulle tapahtuneet. Näitä menneen todisteita kutsumme muistoiksi.” (Hohenthal - Antin 2009, 27.) Kuitenkin tarkemmin tutkittuna ilmeisestikään ei ole olemassa yhtään valmista muistoa, vaan näyttää siltä, että muisto ei uudelleen, edes saman kertojan muisteluna, saati kerrottuna ole koskaan täysin samanlainen. Kalakoski (2007, 111) puhuu tapahtuman hitaasta uudelleenrakentamisesta mielessä, muistitietoa apuna käyttäen. Tätä näkemystä tukee myös Draaisma (2011, 81), jonka mukaan, juuri omaelämäkerralliset muistot terävoityvät ja täydentyvät pikkuhiljaa mieleen tulemalla. Saarenheimo (1997, 15) päätyy tulkintaan, jossa kokemuksellista totuutta rakennetaan, muutetaan ja ylläpidetään puheen eli kerronnan kautta. Muistot ovat siis kertojansa henkilökohtaisia kokemuksia ja näyttäisivät valmistuvan kertomakerroilla omanlaisikseen, olematta silti koskaan täydellisen valmiita.

Tudor - Sandahl (2006, 47) puhuu prosessista, joka koostuu jatkuvasti vaihtuvista ja muuttuvista henkilökohtaisista rakennelmista, ei tosiseikoista. Hänen mukaansa katsoen elettyyn elämään saa muistot esiin, jolloin niille tulee muoto ja merkitys. Joka tapauksessa ”kokemuksellinen totuus ei katoa, ei ehkä himmenekään, mutta uusien

näkökulmien mukaan tulo saattaa aiheuttaa sen, että vaikeakin kokemus muuttuu tunnemöykystä muistoksi ja tulee hyväksytyksi osaksi elämänpolun moninaista maisemaa.” (Reinikainen 2007,34). Vaikka muisto ei olisikaan objektiivisesti tarkasteltuna tosi, se voidaan kuitenkin nähdä psykologisena tosiasiana, kuten Dunderfelt (2006, 30) asiaa määrittelee, hän puhuu muistosta tapahtuman jälkikokemuksena.

Tutkimukseni kannalta tärkeää on ihmisen oma näkemys muiston taustalla olleesta tapahtumasta ja ennen kaikkea mikä on siitä jäänyt tunne tai tunnelma. Keskeistä on, että keräämäni muistot olisi kuvattu niin, että niiden henkilökohtainen merkitys olisi vahva ja kerrottu muisto olisi kertojan kokemuksellinen totuus, riippumatta siitä mitä oikeasti on tapahtunut.

Myös mielikuvituksella näyttäisi olevan osuutensa muistojen olemukseen. ”Useat viimeaikaiset tutkimukset osoittavat, että tapamme käyttää muistia edellyttää aina mielikuvituksen käyttöä: kun kaivamme aivojen muistijäljestä tiedon, tulkitsemme sen mielikuvituksessamme ja ilmaisemme sen lopulta kielellisesti. Aivot siis tulkitsevat muistiin kirjattuja merkintöjä mielikuvituksen avulla.” (Mikkeli & Pakkasvirta 2007,81.) Se miten mielikuvituksessa tulkitaan jotain muistoa, saattaa siis myös vaikuttaa muiston merkitykseen, ja näitä merkityksiähän juuri tutkimuksessanikin kuvaan. Muistot näyttäisivät siis olevan muistin, mielikuvituksen ja kielellisen ilmaisun muovaamia henkilökohtaisia ajatelmia menneistä tapahtumista.

3.3 Muistojen merkitys

”Muistot ovat yksinkertaisesti rakenteellinen osa jokaisen ihmisen tämänhetkistä minuutta ja niiden mieleen palaaminen tai unohtaminen saavat merkityksensä aina tilannekohtaisesti. Muistot voivat olla lohduttavia ja viihdyttäviä, mutta ne voivat myös ahdistaa ja kiusata. Ne voivat luoda turvallisuutta, mutta myös järkyttää mielen tasapainoa” (Marin & Hakonen 2003, 51.) Jefferson (2008, 149, 155) kuvaa merkityksen liittämistä muistoihin erilliseksi kognitiiviseksi prosessiksi ja kertoo useiden tutkijoiden päätyneen väittämään, jonka mukaan merkityksen luominen muistolle auttaa säätelemään mielialoja ja edistää kommunikaatiota läheisissä suhteissa. Hän viittaa useisiin muistojen merkitystä koskeviin tutkimuksiin, joissa menneille tapah-

tumille annettu merkitys ennustavat myönteistä itsearvostusta. Myös esimerkiksi leskeksi jäämisen jälkeen koettu suru on todettu pidemmällä aikavälillä pienemmäksi henkilöillä, joilla on taipumus luoda muistoilleen merkityksiä. Samoin on esitetty muistojen edistävän kanssakäymistä toisten kanssa. Kykyä oppia muistoista ja käyttää niitä itsetuntemuksen osana pidetään ominaisempaa viisailla ja hyvin sopeutuneilla ihmisillä. Eheyttäviä muistoja omaavien henkilöiden on myös todettu pärjäävän muita paremmin itsehillintää koskevissa testeissä.

Muistoja koskevaa tutkimustietoa löytyy usein laajemmista tutkimuksista, joissa muistot ovat nousseet esiin ikään kuin muun tutkimuksen ohessa. Ikäinstituutin Vanhuuden mieli (RAY 2011- 2014) hankkeessa kohdistettiin huomiota mielen hyvinvointiin ja voimavaroihin sekä elämän tarkoituksellisuuden teemoihin. Näiden teemojen kautta nousivat esiin myös muistot. Hankkeeseen liittyvissä haastatteluissa käsiteltiin ikääntyneiden elämän kokemuksia mielen hyvinvoinnin näkökulmasta. Haastatteluissa ikääntyneet palasivat usein tilanteisiin, joista oli jäänyt erityisen kauniita muistoja. Edellä mainitussa tutkimuksessa, omien voimavarojen tunnistamisessa, hyvien muistojen merkitys jäi sen sijaan harvinaiseksi ja pikemminkin muistot hankalista asioista selviytymisestä tukivat voimavaroja. (Fried, Heimonen & Jokinen 2013, 44.) Myös Marin & Hakosen (2003, 53) mukaan kielteisillä muistoilla saattaa olla jopa onnellisia muistoja keskeisempi rooli moraalisen identiteetin tuottamisessa. ”Menneistä kärsimyksistä pyritään usein hakemaan oikeutusta elämän omille päämäärille ja arvoille ja samalla saamaan niille sosiaalista vahvistusta”.

Omaa tutkimusaiheittani lähemmin sivuaa Saarenheimo (1997, 39, 100) , pohtiesaan myönteisten muistojen hyödyntämistä selviytymistä tukevana voimana. Saarenheimo mainitsee esimerkiksi lyhytkestoisen terapian, jossa juuri hyvien muistojen aktivointi nähdään keinona hyödyntää itselle tärkeitä muistoja. Saarenheimo viittaa myös Castelnuovon- Tedesconin (1978) tekemään tutkimukseen, jonka mukaan muistojen terapeuttinen vaikutus on olemassa vain jos myös kuuliija pitää niitä totena. Tämän asian huomioiminen korostui tärkeänä lähtökohtana tutkimushaastatteluita tehdessäni.

Kun ajatellaan muistojen merkitystä laajemmin, voidaan nähdä muistojen muodostavan yhdenlaista sukupolvikokemusta. Saareheimo ym. (2013, a, 9) tuore julkaisu

juuri toteutetusta elämänkulku- ja ikäpolvi hankkeesta sivuaa näitä merkityksiä ”Tietoisuus omasta historiallisesta, kulttuurisesta tai yhteiskunnallisesta sukupolvi-kokemuksesta voi parhaimmillaan auttaa ymmärtämään myös toisen ikäisten sukupolvikokemuksia, mikä edistää eri-ikäisten vuorovaikutusta. Niin sanotun ikäpolvitajun näkökulmasta eri sukupolvien kokemusmaailmojen kulttuurinen kierrättäminen saattaa siis lähentää ikäpolvia toisiinsa ja edesauttaa niiden yhteistoimintaa.” Merkitykset ovat kuitenkin monisyisiä ”Muistojen kertominen voi lujittaa puhujan yhteenkuuluvuutta jonkin ryhmän tai yhteisön kanssa, mutta se voi olla myös keino vahvistaa erillisyyden tunnetta suhteessa kuulijoihin. Yhteenkuuluvuuden taustalla ovat usein samantyyppiset kokemukset, jolloin samaan sukupolveen kuuluvien voisi olettaa luontevasti löytävän muistelemiselle yhteisen sävelen. Enemmän kuin kronologinen ikä yhteenkuuluvuuden kokemusta lisäävät yhteisesti jaetut arvot ja moraaliset arvostukset ”(Marin & Hakonen 2013, 52, 53.) ”Iästä saattaa lähes huomaamatta tulla yksi ihmiseen suhtautumista määrittävistä tekijöistä. Silloin jäävät helposti sivuun iäkkäiden ihmisten yksilöllisyys ja keskinäinen erilaisuus. Vanhoina ihmiset ovat kuitenkin yksilöllisimmillään” (Haarni 2014 ym. 50.)

Huomioitavaa on myös se, että olemassa olevilla muistoilla ei ole merkitystä, jos uusia muistoja ei enää syntyisi ”Jos menettäisit kyvyn muodostaa uusia muistoja juuri tällä hetkellä, koko persoonallisuutesi varmaankin jähmettyisi lopullisesti tähän hetkeen. Sinulla ei olisi sisäistä kertomusta eikä mahdollisuutta kypsyä, kehittää ideoitasi, temperamenttiasi tai elämäkatsomustasi. Et olisi vankina menneisyydessä, mutta et myöskään voisi osallistua tulevaisuuteen, aivan kuin olisit jäänyt jollekin elämän radan varrella olemista asemista odottamaan juna, jota ei koskaan tule” (MacDonald 2009, 103.)

Iäkkäiden ihmisten oma halu kertoa omista koetuista hetkistään on usein voimakasta. Hohenthal – Antin (2006, 39) puhuu halusta siirtää omaa kulttuuriperintöä, muistoja. Vaikka muistot ovat kertojansa henkilökohtaisia kokemuksia, niillä näyttäisi olevan myös yhteiskunnallinen ulottuvuus. Hohenthal- Antin (2009, 133) näkee muistot henkisenä perintönä, mikä taas on osa kulttuuriperintöilmaisua. Kulttuurituntemus ei ole pelkästään tiedosta syntyvää, vaan persoonallinen kokemus, johon muistot luetaan. Leena Krohn (Saarenheimo ym.2013, b, 5) mukaan ”ei ole inhimillistä kulttuuria ilman ikäpolvien vuorovaikutusta, ei ihmiskuntaa ilman sukupolvien yhteyttä”

Yksittäisten ihmisten yksittäiset muistot näyttäisivät siis muodostavan myös yhteiskunnallisesti merkityksellistä kulttuuriperintöä, josta koko ihmiskunta saa oikeutuksensa.

Katson tutkimukseni olevan myös pieni osa kulttuuriperinnön siirtämisessä, kuvaahan tutkimukseni tietyn ikäisten ihmisten muistoja, elettyä tietynlaisessa ajassa ja ympäristössä. Vanhan ihmisen muistoista heijastuu sellainen aika ja elämänpiirit, jota ei itse ole päässyt elämään, mutta kerrottujen muistojen kautta pääsee osittain niihin tunnelmiin, mitä on eletty. Tutkimusotteeni ollessa kerronnallinen, nousee esiin yksilön kokemus ja sen merkitys. Ikäpolvitoiminnan oppaassa (Saarenheimo ym, 2013b, 14) merkityksien syntyminen nähdään sosiaalisena tapahtumana, jossa historiallista ja kulttuurista pohjaa vasten muodostuu yksilön merkitys. Jokainen suku- ja ikäpolvi rakentaa kulttuuriin omat kerroksensa ja sillä on aina jollakin tavalla vaikutuksensa tulevien polvien elämään. Ikäpolvien välinen kanssakäyminen on tarpeellista jotta merkitysten ketju ei katkeaisi. Lähtökohtaisesti siis yksikin muisto on kertojalleen korvaamaton ja sen merkitys suoraan kerrottuna jää antamaan näkökulmaa ja elämän ymmärrystä myös jälkipolville.

3.4 Muistojen jakaminen

”Sillä, joka on sukunsa vanhin tai piirinsä kokenein, on paljon annettavaa nuoremmille. Tämä vanhimmuudeksi kutsuttu tehtävä on monelle myös tärkeä: se tarjoaa mahdollisuuden jakaa elämäkokemuksesta, taidoista ja osaamisesta sekä paljastaa elämänviisautta” (Haarni ym. 2014, 52.) Muistelulla ja muistojen kertomisella näyttäisi olevan aivan erityinen tehtävä osana vanhenemisprosessia. Muistojen kertominen ja muistelu ovat elämäkokemuksen jakamista. ”Kertovalla tutkimusotteella on mahdollista tavoittaa elämää, elämäkokemusta ja yrittää ymmärtää elämänilmauksia. Kyseessä on reflektiivinen keskustelu, jossa kertova ihminen tarkastelee itseään ajassa ja elämässä eri yhteyksissä ja tuo mukanaan tunteet ja kokemukset, jotka eivät ole irrallisia historiallisista tapahtumista ja kulttuurikontekstista. Kaikki kerrottu liittyy elämään ja elämän kontekstiin” (Heikkinen & Tuomi 2000, 200.) ”Menneisyys voi äkillisesti näyttäytyä uudessa valossa, kun sitä tarkastelee yhdessä muiden kanssa. Joskus esimerkiksi muisteluryhmissä saattaa tapahtua hyvinkin radikaalia men-

neisyyden tulkintojen muuttumista. Tässä on juuri muistelemisen terapeuttisen käytön ydin”(Marin & Hakonen 2003, 52.) Vanhuuden ymmärrys muistelun ja muistojen merkitysten kautta toimii kahteen suuntaan, sekä kertojalle, että kuulijoille. Tuoreessa elämäнкulku ja ikäpolvet - hankeen tuloksena syntyneessä oppaassa avattiin inhimillisen pääoman jakamista nuoremmille polville. Kertynyttä kokemuksellisuutta jakaen, siitä on hyötyä muillekin. (Saarenheimo ym. 2013b, 16.) Tosiasia on, jos kokemus ei tule koskaan kerrotuksi, siitä ei kerry inhimillistä tietoa muillekaan. Aivan uudenlainen tapa jakaa muistoja on nyt yliopistotasolla hankkeena etenevä muistelukokeilu. Siinä ihminen on voinut tallentaa tärkeimmät muistonsa muistitikulle ja hyöty elämänhistorian tuntemisesta jää käytettäväksi, vaikka esimerkiksi dementia tai afasia myöhemmin estäisivät kertomasta tärkeiden muistojen kertomisen (Pöllänen 2013, 16.)

Lyytinen, Korkiakangas & Lyytinen (2008, 450) viittaavat Ruthin ja Öbergin vuonna 1995 valmistuneeseen elämäntapa tutkimukseen, jonka mukaan vanhuutta ei voi ymmärtää ilman elämäнкulku perspektiiviä. Oman tutkimukseni kannalta merkittävää on samassa tutkimuksessa esille noussut asia ulkoisten elämäntapahtumien ja sisäisten voimavarojen yhteys vanhuudessa. ”ainoastaan tuntemalla ihmisen elämänhistoria voidaan merkitystä luovia tekijöitä ymmärtää”. Tämänkaltaisia ajatuksia minulla oli tutkimustyöni tarpeellisuutta pohtiessani. Ymmärrys koko elettyä elämää ja siinä koettuja asioita kohtaan avaa laajempaa näkökulmaa suhteessa ikäihmiseen. Hänessä on paljon muutakin kuin tämän päivän ajatukset. Ajattelisin juuri muistelun ja sitä kautta muistojen olevan edellä mainittua elämänhistoriaa, joiden merkitystä tässä tutkin. ”Vanhenemisen kokemuskertomus on aina ajallinen kertomus, joka pyrkii itsen ja eletyn elämän kokonaisuuden näkemiseen” (Heikkinen & Tuomi 2000, 200).

Muistojen esille nostaminen ja niistä kertominen näyttäisi kuuluvan paitsi ikäihmisen elämän merkityksellisyyden kokemiseen mutta myös tavallaan elämän viimeistelyyn. Puhuttaessa ikäihmisten muistelusta ei voida ohittaa muistelun olemusta kuoleman lähestyessä. Voutilainen, Tiikkaisen (2009, 50 - 51) mukaan tieto elämän rajallisuudesta saa aikaan tarpeen arvioida elettyä elämää ja hahmottaa se kokonaisuutena, jolla on ollut oma mielensä ja tarkoituksensa. Muistellessaan ikääntyvä ihminen käy läpi samoja asioita aina uudestaan, ja tavallaan kertoo itsensä ulos elämästä, kasvaen

samalla kuolemaan. Näin ollen heidän mukaansa, muistelu on merkityksen antamista eletylle elämälle ja liittyy myös kiinteästi vanhuuden tärkeimpiin kehitystehtäviin persoonallisuuden integraatioon. Saarenheimo (1997, 100) nostaa esiin näkökulman, jonka mukaan muistojen kautta ei tavoitella vain henkilökohtaista jatkuvuuden tunnetta, vaan myös yhteisöllistä oikeutusta ja arvoa omien aikalaisten totuudelle. Tutkimukseeni osallistuneiden henkilöillekin tuntui olevan tärkeää, että tiesin, jotain heidän kertomiensa muistojen taustalla vaikuttaneista asioista tai käytännöistä, kuten korvikekahvi tai kortti ostokset. Se minkälaisia muistoja muistaa tai haluaa kertoa näyttäisi riippuvan myös paljolti mielentilasta ja mielen tasapainosta. Eheyttävien muistojen muisteleminen on todettu huonommaksi erityisesti voimakkaasti kuormittuneilla ja masentuneisuuteen taipuvaisilla henkilöillä. (Jefferson 2008, 153, 154-155.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

4.1 Tutkimuksen tarkoitus

Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata ikäihmisen elämän tärkeimpiä muistoja ja niiden merkitystä. Merkittävät muistot voivat olla tapahtumina myönteisiä tai kielteisiä, mutta tutkimukseni lähtökohtana on, selvittää näihin muistoihin mahdollisesti liittyvää myöhempää elämää kannattelevaa, voimaa antavaa sisältöä.

4.2 Tutkimustehtävät

- 1) Mitkä ja minkälaiset muistot ovat olleet kaikkein merkittävimpiä ?
- 2) Minkälainen merkitys näillä muistoilla on nyt, tai on ollut elämää kantavana voimana?

4.3 Aineistonkeruumenetelmä

Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui haastattelu. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara (2013, 205) mukaan haastattelussa aineistonkeruuta voi säädellä joustavasti vastaajia myötäillen. Ihminen nähdään tutkimustilanteessa subjektina, ja hänelle annetaan mahdollisuus tuoda esiin itseään koskevia asioita mahdollisimman vapaasti. Myös vastausten syventäminen ja selkiyttäminen on mahdollista. Haastattelussa on mahdollista nähdä vastaaja, hänen ilmeensä ja eleensä. Haastattelun muodoksi tarkentui vielä teemahaastattelu, jossa kysymysten tarkka muoto puuttuu, mutta haastattelu etenee etukäteen mietittyjen teemojen avulla (Liite 1).

Tutkimus- aiheeni liittyessä hyvin henkilökohtaisiin asioihin, koin tärkeänä tavata molemmat haastateltavat ennen varsinaista haastattelupäivää. Haastattelut olivat yksilöhaastatteluja. Toinen haastattelu suoritettiin etukäteen varatussa haastateltavalle tutussa tilassa ja toinen haastateltavan pyynnöstä hänen kotonaan. Aaltoila & Valli (2001, 28) mukaan kotona tehtävillä haastatteluilla on hyvä mahdollisuus onnistua. Kotiin kutsu saattaa jo sinällään merkitä haastateltavan sitoutumista ja luottamusta tutkimuksen tekijään. Molemmissa haastattelutilanteissa haastattelupaikka oli rauhoitettu haastattelulle, eikä häiriötekijöitä ollut. Haastattelutilanteessa muodostui lämmihenkinen ja luottamuksellinen ilmapiiri. ”Itse kerrontatilanteiden vilpittömyys, jonka luominen on varsin pitkälle tutkijan ammattitaidon varassa, on välttämätön aitojen kokemusten ja tunteiden välittymiselle” (Heikkinen & Tuomi 2000, 200). Mac Donaldin (2009, 106) mukaan myös mielialalla on vaikutuksensa muistoihin. Masentuneena on taipuvaisempi kuvailemaan jotakin muistoa synkin sanankääntein, kuin jos muistaa sen paremmalla mielellä. Haastateltavat eivät vaikuttaneet masentuneilta.

Nauhoituksen ansiosta pystyin keskittymään haastattelutilanteeseen ja tarvittaessa tuomaan esiin keskustelulle etukäteen miettimiäni teemoja. Molempien haastattelujen lähtökohtana olivat elämän merkityksellisimmät muistot. Vaikka tutkimusaiheeni koski hyvin henkilökohtaisia asioita, vakuutuin siitä että haastateltavat kertoivat aiheesta mielellään ja tutkimuksen aihe oli niin helposti ymmärrettävä, että koin saavani haastateltavilta tutkimuskysymyksiin hyvin vastaavia tietoja. Toisen haastateltavan kohdalla nousi esiin mahdollisuus tarvittaessa tavata uudestaan.

Haastattelut suoritettiin kahtena eri päivänä. Toinen haastatteluista kesti tunnin, toinen 48 minuuttia. Haastattelujen välillä oli kaksi päivää. Haastateltaville kerrottiin etukäteen nauhoituksesta ja heiltä pyydettiin kirjallinen suostumus (Liite 2).

4.4 Haastateltavat

Haastateltavat valikoituvat viikoittain säännöllisesti kokoontuvista ikäihmisten keskustelu- ja toiminta ryhmistä. Selvitin etukäteen ryhmien kokoontumispaikan ja ajan ja kävin tiedustelemassa halukkuutta osallistua tämänkaltaiseen tutkimukseen. Aina kriteerinä kerroin olevan yli 80 vuoden iän. Ryhmistä kaksi henkilöä ilmoitti halukkuutensa osallistua tutkimushaastatteluun. Molemmat haastateltavat olivat naisia. Haastateltavat olivat tutkijalle etukäteen tuntemattomia.

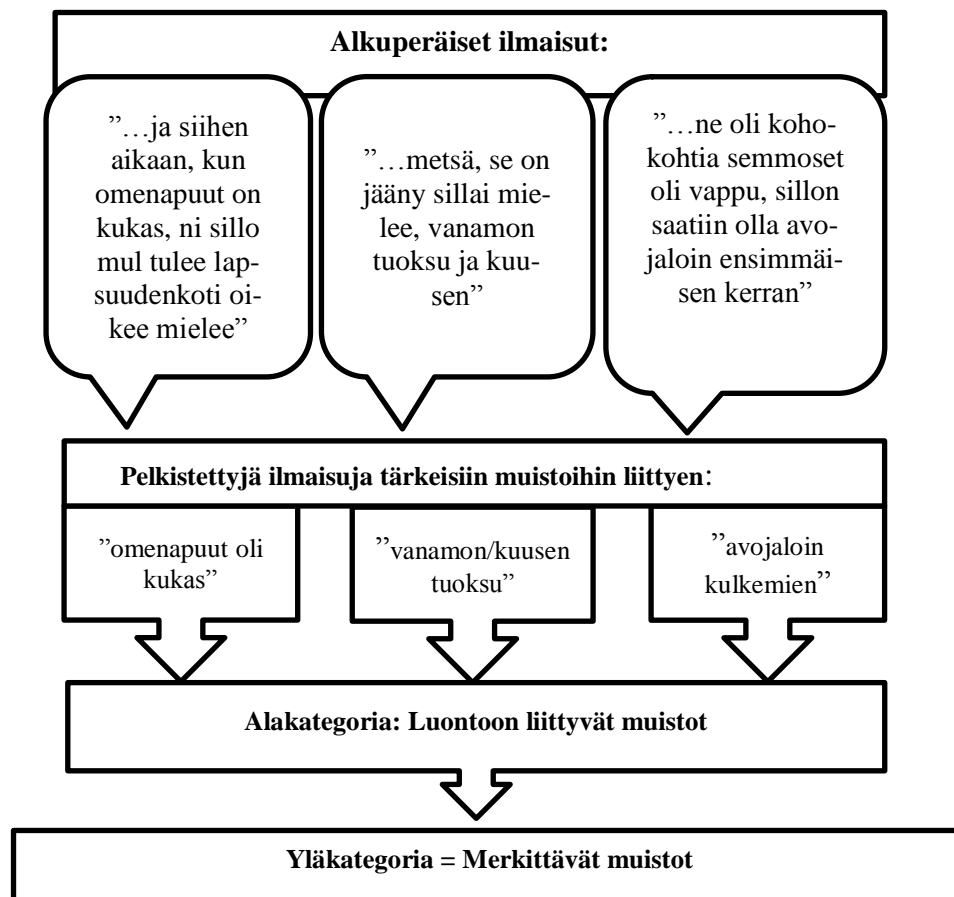
Tutkimuksessa haastateltujen henkilöiden lapsuus ja nuoruusvuodet sijoittuvat ajallisesti 1930-1940- lukujen Suomeen. Sota- ajan poikkeusolot heijastuvat haastateltavien muistoissa voimakkaasti. Saarenheimo ym. (2013a, 81-83) mukaan ”ihmiset saattavat syntymä ajankohtansa perusteella jakaa erityistä ymmärrystä joistakin historiallisista tapahtumista sekä tietylle ajalle ominaisesta arjen kulttuurista, mikä voi vaikuttaa myös heidän identiteetti kokemuksiinsa. Tutkimuksissa yhteiskunnallisen sukupolven ymmärretään pääasiassa muodostuvan tiettyä ajankohtana syntyneistä ihmisistä, jotka nuoruudessaan tai nuorena aikuisuudessaan kokevat jonkin keskeisen historiallisen muutos- tai murros- kohdan, esimerkiksi sodan.” Sota- ajan ollessa niin poikkeuksellista ja muistoihinkin vahvasti sidottua, kuvaan tuota aikakautta tutkimustulosten tarkastelun yhteydessä historiallisten tosiasioiden valossa, jotta myös myöhempien sukupolvien ymmärrys asioista saisi laajempaa näkökulmaa. Kuitenkin tutkimuksen ollessa laadullinen käsittelen haastateltavien kertomuksia ainutlaatuisina ja tulkitsen aineistoa sen mukaisesti.

5 AINEISTON ANALYYSI

Aloitin tutkimusaineiston käsittelyn litteroimalla. Lähdin purkamaan nauhoitettuja haastatteluja kirjoittaen ne sanantarkasti Word- tekstinkäsittelyohjelmalla. Lisäsin varsinaisen puheen kirjoituksen sekaan myös naurahdukset ja erilaiset puheen apuäännet, esimerkiksi hörppimistä esittävä ääni. Litteroinnin jälkeen tulostin kirjoittamani tekstit. Litteroitua tekstiä tuli yhteensä 15 sivua. ”Ymmärtämiseen pyrkivässä lähestymistavassa käytetään tavallisesti laadullista analyysia ja päätelmien tekoa” Tutkimusaineistooni erityisen sopivana pidin kerronallista, narratiivista otetta. ”Narratiivisen tutkimuksen ydin ja lähtökohta on kertomusten analyysi. Narratiivisuudella viitataan lähestymistapaan, jossa ajatellaan kertomuksia tapana ymmärtää omaa elämää ja tehdä oman elämän tapahtumia merkitykselliseksi. Kertomukset toimivat tiedon välittäjinä ja tuojina” (Hirsjärvi ym. 2013, 218, 224.) Aineiston analyysin suoritin sisällön analyysi tekniikalla. Sisällön analyysi tapahtui aineistosta käsin ohjautuvasta analyysista eli induktiivisesti. Teksti tuli minulle tutuksi jo kuunnellessani ja kirjoittaessani sitä, mutta litteroidun aineiston lukeminen auttoi ymmärtämään sitä vielä enemmän. Tutkimuslähtökohtani mukaan melkein kaikki haastatteluissa esiin nostetut muistot olivat jollakin tavalla merkittäviä, siksi muistoja ei tarvinnut juurikaan eritellä tutkimustehtävää vastaaviin, kuitenkin keskityin analysoimaan vain niitä muistoja joilla haastateltavat kokivat olevan myöhempää elämää kannattelevan merkityksen. Haastateltavat kertoivat ikään kuin elämäntarinaansa, päätyen aina merkittävien muistojen tarkempaan kuvaamiseen. Hirsjärvi ym.(2013, 219) puhuu elämäntarinoista, jotka voivat olla kokonaisvaltaisia ihmisen koko elämänkaarta koskevia muisteluja, tai ne voivat kohdentua yhteen tiettyyn teemaan. Tarinoissa voidaan pyytää kertomaan merkityksellisistä tapahtumista. Juuri näin haastatteluissakin tapahtui.

Sen sijaan saadakseni aluksi kokonaiskuvan siitä mihin aikakauteen tärkeät muistot sijoittuivat käytin apuna värejä. Alleviivasin lapsuusmuistot keltaisella värillä, nuoruusmuistot punaisella ja aikuisiällä koetut muistot vihreällä värillä. Myöhemmin kun havainnollistin tutkimusaineistoani suorilla lainauksilla, käytin lyijykynä alleviivauksia. Luettuani aineiston useampaan kertaan kirjoitin tekstistä marginaaliin käytettyjä sanoja tai sanayhdistelmiä. Nämä sanat tai sanaparit olivat ikään kuin vastauk-

sia tutkimuskysymyksiin. Seuraavaksi ryhmittelin samankaltaiset muistot oman kategoriansa alle, nimeten kategorian. Jatkoin analyysia yhdistelemällä samansisältöiset kategoriat toisiinsa, jolloin niitä muodostui yläkategorioita. Yläkategorioiden nimen keksin siihen sisältyviä alakategorioita kuvaamaan. Seuraava muistojen ryhmittelyä esittävä kuvio antaa esimerkin analyysivaiheesta (Kuvio 1).



Kuvio. 1. Muistojen ryhmittely

6 TULOSTEN TARKASTELU JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Lähestulkoon kaikki tärkeimmät muistot koskivat lapsuutta ja nuoruusvuosia, aivan muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta. Koska tutkimukseni yhtenä tehtävänä oli selvittää mitkä ja minkälaiset muistot ovat olleet tärkeimpiä koko elämässä, tapahtuman tarkempi hetki ei ole sinänsä merkityksellinen. Siksi en lähde tutkimustuloksissa erittelemään muiston tapahtumahetkeä vuosiluvun perusteella. Muiston luonteesta käy kuitenkin helposti ilmi onko kertoja ollut tapahtumahetkellä lapsi, nuori vai aikuinen? Myöskin sodat, välirauhan aika ja sodan jälkeinen elämä antavat ajallista perspektiiviä muistojen tapahtumahetkiin. Toinen haastateltavista on syntynyt vuonna 1933 ja toinen 1927. Talvisota käytiin 30.11.1939-12.3. 1940, jonka jälkeen oli lyhyt välirauhan aika. Jatkosota alkoi 25.6.1941 kestäen 19.9 1944 asti. (Linnilä 2013,9.)

Muistojen syvempää merkitystä lienee helpompi tulkita jos peilaa niitä sodan värittämää syntymäajankohtaansa vasten. Sota- ajan Suomessa oli pulaa kaikesta. Lähes kaikki ostettava oli säännösteltyä. ”Säännöstelyä hoitaneen kansanhuoltoministeriön palveluksessa oli enimmillään v. 1946 lähes 800 henkilöä. Kun koko maan kattaneet piiri toimistot ja kansanhuoltolautakunnat lasketaan mukaan, oli kansanhuollon palveluksessa enimmillään 6000- 7000 henkilöä. On laskettu, että sotavuosien kansalainen sai ostoskorteilla jaetulla ruualla tyydytetyksi noin kaksi kolmasosaa ravinnon tarpeestaan. Loppuosa oli hankittava jostain muualta tai muutoin oli nähtävä suoranaista nälkää” (Kallioniemi 2006, 14- 15.) Säännöstelyn seuraamiseen käytettiin kortteja, joilla voi ostaa tietyn määrän tiettyä tuotetta. Ruuan lisäksi säännösteltyjä olivat myös esimerkiksi jalkineet ja kankaat (Linnilä 2013,18.) Omassa tutkimuksessani esiin nousseisiin muistoihin liittyen esimerkiksi uusi mekko tai uudet kengät merkitsivät sen ajan lapselle aivan eri asiaa kuin nykyään. ”Paitsi villasta, pulaa oli sotavuosina myös puuvillasta ja pellavasta, minkä vuoksi kangastuotteisiin oli ryhtyttävä lisäämään korvikkeeksi sillaa tai sitten ne oli valmistettava paperista. Vaate-ustarvikkeiden korttijakelu alkoi lokakuussa 1940” (Kallioniemi 2006, 13.) Myös makeisten saaminen, edes juhlapäivinä oli harvinaista. Vuonna 1942 makeisten saamista alettiin säätelemään, kuukausi annos oli 100g. Vuonna 1943 sokerihanojen

sulkeuduttua makeisten valmistus loppui kokonaan. Pastilleja alkoi saamaan vasta jouluna 1944 (Linnilä 2013, 98.) ”Sokeri ja kahvi olivat olleet ensimmäisiä ostokortille menneitä tuotteita ja sellaisina ne pysyivät pisimpään. Sekä sokerin, että kahvin säännöstely päättyi vasta vuonna 1954 . Kotirintamalla jaettiin ostoskortteja 3.6 miljoonalle Suomalaiselle” (Kallioniemi 2006, 15, 20.)

Lasten asema sodan aikaisessa Suomessa oli muutenkin kovin erilainen kuin nykyään. Kotirintamalla lapsityövoiman käyttö lisääntyi, varsinkin maatiloilla. Lapset osallistuivat yhteisen talouden askareisiin. Lasten työt vaihtelivat karjanhoidosta, marjojen keruuseen ja metsätöihin (Linnilä 2013, 114.) Ulkona varsinkin kesäisessä luonnossa liikkuminen oli asia, joka toi tutkimukseni mukaan erityisen tärkeitä muistoja lapsuusajasta. Marjojen, mutta myös esimerkiksi voikukan juurien kerääminen nousi esiin mieleen painuneena asiana. Pula- aikana voikukan juuria kerättiin keväisin ja syksyisin kahvin korvikkeeksi (Linnilä 2013, 84). ”Monista korvikeaineista tehtiin kahvinvastiketta yksinään, mutta maistuvimpiin tuloksiin päästiin erilaisilla sekoituksilla. Useimmissa sekoituksissa oli yleensä mukana joko voikukanjuurta tai sikuria” (Kallioniemi 2006, 54).

Paitsi pula ja puute lähes kaikesta aineellisesta, myös sairaudet vaikuttivat sota- ajan lasten elämään monella tapaa. Myös tässä tutkimuksessa haastatellut henkilöt joutuivat joko itse, tai läheistensä kautta kokemaan vakavia sairauksia. ”Tartuntataudit olivat 1930- ja 40-luvuilla merkittävä kuolemansyyluokka: noin neljäsosa kaikista kuolemista johtui niistä vuonna 1936. Merkittävä osa tartuntatautikuolemista, noin 60–70 prosenttia, johtui tuberkuloosista. Tuberkuloosin yleisin laji oli keuhkotuberkuloosi eli keuhkotauti. Muita suuria tartuntatautiryhmiä olivat hinkuyskä, kurkkumätä ja influenssa, joka vuonna 1936 luettiin tartuntatauteihin” (Suomen virallinen tilasto 2010, 2.) Elettiin siis aikaa jolloin kansalliset rokotusohjelmat olivat vasta kehitysmässä. ”Vuonna 1940 perustettu Suomen huolto järjesti välirauhan ja jatkosodan aikana puitteet yli sataa neuvolaa varten. Talvisodan päättyessä neuvoloita oli 160. Yleiset rokotukset vähensivätkin heti kulkutautikuolemia. Tuberkuloosia vastaan annettava Calmetterokotus aloitettiin vuonna 1941. Se annettiin vastasyntyneille heti synnytyslaitoksella. Jatkosodan aikana aloitettiin myös rokotusohjelma kurkkumätää vastaan” (Linnilä 2013, 100- 101.)

Nuoren ihmisen elämä 40- luvun Suomessa oli työntäyteistä ja rajoitettua. Esimerkiksi julkinen tanssiminen oli kielletty talvi- ja jatkosodan aikana, taustalla oli käsitys tanssien kaltaisten huvien sopimattomuudesta keskellä sota- ajan ahdinkoa. Tanssitilaisuudet sallittiin joulukuussa 1944 (Linnilä 2013, 134.) Kokonaan ilman tansseja ei nuoriso kuitenkaan sodankaan aikana ollut ”Suomeen syntyi jatkosodan aikainen kielletty nurkkatanssikulttuuri. Salatanssit yleistyivät asemasodan vuosina 1942 ja erityisesti vuoden 1943 aikana koko Suomessa” (Keskinen, Seppälä & Teräs 2012, 66- 67.) Kuitenkin ensimmäistä kertaa luvallisesti tansseihin pääseminen saattoi siis siirtyä sodan takia vuosia ja ehkä siksi myös tämä, nousee nuoruuden merkittäväksi muistoksi tutkimuksessani.

Käydessäni tutkimustuloksia läpi, ne koostuivat pääasiassa myönteisistä muistoista. Haastattelujen aikana hyvin ikäviäkin muistoja nousi esiin, mutta, tämän tutkimuksen haastateltavat eivät kokeneet niillä tai niistä selviytymisellä olevan merkitystä elämää kannattelevana asiana, joskaan mahdollista merkityksellisyyttä ei myöskään kielletty. Mahdollista on myös, se että ikävämmät muistot tavallaan laimentavat myönteisten muistojen voimaa, varsinkin jos niiden tapahtumahetket ovat lähekkäin.

6.1 Merkittävät muistot

6.1.1 Luontoon liittyviä muistoja

Hyvin monen kerrotun muiston tapahtumapaikka on ollut ympäröivässä luonnossa. Omassa elinpiirissä ulkona tapahtuneet asiat ja sen yksittäiset hetket muistetaan luonnon antamaa taustaa vasten tuoksuineen. Metsäpoluilla kulkeminen, metsälähteestä juominen, luonnon antimista nauttiminen ja ensimmäinen uintireissu talven jälkeen ovat niitä muistoja, jotka haastateltavat nostivat mieleenpainuvina esiin.

”...Ne oli kohokohtia semmoset oli vappu, silloin saatiin olla avojaloin ensimmäisen kerran ja toinen oli sitte juhannus, silloin pääsimme uimaan ensimmäisen kerran... sit tuli se aika ku tuli tukin uitto, ni siitä uitettiin sitte liikeyhtiö sahalle tukit, ko sieltä oli joskus kaadettu sieltä

yläjuoksulta, ja me pulikoimme sitte tukkie joukos...että se oli hienoo...”

”...ja sitte monta kertaa lähdettii ko oli kova nälkä ni siin oli semmonen metsätaival, sieltä kulki semmonen oikopolku ni poikettii sin mettää ja mustikka -aika syötii sit mustikkaa vattamme täytee. Sit oli semmonen lähde, ni sielä käytii (hörppii) tällai ottamas lähteestä ja monta kertaa palattii sitte takasi uimarantaan...”

Myös juuri näihin luontoon liittyviin muistoihin kerrottiin palattavan usein itsekseen, jopa niin, että halu päästä kulkemaan muistojen maisemiin eli voimakkaana vielä nytkin.

”...muistelen kai, ja kevät on aina semmone, et mul o juur sitte semmonen et mun tarttis päästä metsään, kulkee sie niitä vanhoja kinttupolkuja, tekis mieli, nyttien uskalla enää... juu keväällä ja siihen aikaan kun omenapuut on kukas, ni sillo mun tulee lapsuudenkoti oikee mielee”

Nuoruudessa luonnon helmassa tehdyt työt ovat jättäneet mieleenpainuvia hetkiä kertojiansa mieleen. Paitsi lypsymatkat, istutustyöt, voikukan juurien kerääminen sota-aikana, mutta myös luonnosta lähtevä kauneus ja tuoksut ovat jättäneet pysyviä ihanaksi kuvattuja muistoja mieleen.

”...ja sitte oli seki hienoo ko siel oli karjakko ja karjakon apulainen, ni aina kesällä sitte heinäaikaan vaihdettiin et karjakon apulainen tuli keittiöön ja mää pääsin sitte karjakon apulaiseks ja sillo oli lehmät vaikka kuinka kaukana ja ko hevosen kans mentiin lypsylle aamuin illoin ni seki on semmone hieno kokemus...”

”mää olin sitte semmosella kauppiasperheellä niinko pikkupiikana, juoksufliikkana... perkasin kasvimaata... sota- aikana sitte haettiin kaikki voikukan juuret ja vadelmanlehdet talteen. Voikukan juurista tehtiin korviketta vähän pestiin ja kuivattiin se oli hyvää aikaa... ne on

jääny, ne on semmosia kohokohtia ja juur se metsä se on jääny sillai, vanamon tuoksu ja kuusen...”

”...meil oli pihas sitte semmone ku maalaispiha oli, ni kaks juhannusruusunpuskaa se haju...”

Jotain juhlavaa on muistossa, jossa haastateltava kertoo kirkonkellojen soinnista.

”...sitte pyhäaamusin ku oli kaunis ilma, ni meille kuulu kirkonkellot, olin noussu jo ylös kymmentä vaille kymmene, ne alko soimaan, eikä hienompaa ollu, kesän kirkas huomen ja suvisunnuntai...”

6.1.2 Huolenpitoon liittyviä muistoja

Tunteita herättävimmät muistot liittyivät toisen ihmisen läheisyyteen ja erityisesti lapsena koettuun huolenpitoon. Näitä muistoja kuunnellessani koin jakavani kertojan kanssa syvästi merkityksellisiä hetkiä ja tunnelmiltaan erityisen voimakkaita muistoja. Muisto lapsena menetetystä äidistä sai kyyneleet ja kaipauksen vieläkin syttymään. Tämänkaltaisen muiston käsittely oli vieläkin vaikeaa ja epäselväksi jää kannatteliiko muisto menetetystä äidistä vai oliko suru sittenkin vahvemmin muiston päällä?

”tiekssä, äiti tulee mielee, ajatteli ko olis äiti et olis saanu puhuu niit asioit, äiti kans...äiti nukku poikain sänkys ja sano älkää vaa tulko tähä vieree, tauti voi tarttuu...hä kuoli keuhkotautii, lentävää keuhkotautii... ko lapset olis tykänny mennä äitin vieree...kyl varmaa jokane tarvittis äitii...”

Äitinsä menettäneen lapsen kokema toisten ihmisten kautta saatu vähäinenkin huolenpito ja turva olivat painuneet lähtemättömästi mieleen pysyviksi muistoiksi.

”...mää muista ko x:n asemaa pommitettiin, ni mää meni mummi ja uki selä taa sinne ku oli vanhaa aikaa semmone perä sänkyssä ni mää meni sin perää (nauraa)kunnei sitä sänky oltu viel aukastu ni mää meni heti sinne ku aljettii pommittaa, ni mää meni heti sin taa...”

Huolenpitoon liittyvät kauneimmat muistot kytkeytyivät paradoksaalisesti vielä usein lapsena sairaana olemiseen ja sitä kautta saatuun läheisyyteen ja erityiseen huomi-oon. Näitä muistoja kuunnellessani en voinut välttyä ajatukselta, mitä kauniimpi muisto, sitä karumpi tausta muistolle:

”...mul o semmone kuoppa tääl (osoittaa rintaansa) ni sitä kalanmaksaöljyy, oli semmone litran pullo (nauraa) oikee sitä aitoo, ettei mitää maustetuu, joka päivä isä vei mun sin perälle, ettei toiset nähny ja, mää sanoi hyi olkoo, sano et ota ny tämä ruokalusikka, mää sai ruokalusika päiväs...ettei toiset saa, ko hä antaa sulle vaa(nauraa) mää sai vaa...”

Kalanmaksaöljy- muisto kirkastuu kun sen taustaa avaa tarkemmin. Lapsen oma äiti on kuollut ja uusi äiti pitää omien biologisten lastensa puolta. Isän kanssa muurin takana vietetty muutama hetki jää lapselle mieleen muistoksi.

”...mun äitipuoli tuli sit ko mää oli kahdeksa, tuli sit niinko sodasta..isä toi sen..sillä ei ollu omii lapsiin ni tot kai me oltii hyviä, mut sit ko tuli omii lapsia ni me ei oltu enää nii hyviä, se sano ain et isä puoltaa meitä, mut hyväne aika kun ei meil ollu ketää muut ko isä...”

Toinen vastaavanlainen muisto liittyy isän antamaan täinpoistoon:

”...mää oli täis, ihan ihmine oli täis kerta kaikkiaan..isä vei mää oli rehvakas ko isä vei minu sinne muurin taa tiedäks ku oli semmonen iso muuri semmone... ni isä vei mun sinne muurin taa sit se rupes tappaa niit täitä... ja tuo noin nii mää oli kertakaikkiaa nii täis, se oli varmaa jotai surutäitä tai mitä se oli, päästii niist, mää en muist... jottai harmaat salvaa se oli, sen nimistä. Juu mää oli kyl niin, isä vei sin.”

Mieleen tuli myös muisto paranemisesta, johon liittyi suolaisen mieliteko ja isä:

”...Sillo ku oltii kuumeisia mul oli sit se, et olis hyvä ku mää saisi vähä halsterisilakkaa ja sillo mailmas ain suolattii... se nelikko ja isä kehu et noni nyt mennää sitte aittaa ja haetaa, nyt se likka parani.”

6.1.3 Muistot konkreettisista asioista

Muistoista tarkimmin kuvattuja olivat muistot ns. aineellisista asioista. Muistojen kerronta oli joidenkin asioiden kohdalla lähes valokuvan tarkkaa:

”...äiti sano että kevätjuhlii ei sitte uutta pukua laiteta että sää menet sitte vanhalla ja mulle tuli kauhee hätä ja mää meni sitte tätini työ... täti sano mulle, että ol vai flikka! käyt vähän hänen asioitas haet vähä neppiä ja näppäreitä... mää muistan ain se oli niin kaunis vistraa vaaleenpunasta ja siin oli vihreitä semmosia kauniita kukkasia, hän teki siitä semmosen tyrolilaismallisen pussihijat ja rypyttetty ja sitte hän teki mulle siihen vielä valkosen vyötäröessun siihe... se puku on iha mun silmisäni vieläki.

Näistä aineellisen asioiden muistoista toinen haastateltava nostaa esiin yhden, jota pitää koko elämänsä parhaimpana:

”...no mää sairastuin sillo ni en mää käyny kouluu ko mää sairastuin tohon tuhkarokkoon, nii mää sain kaikki tieräksää ne joulukuusen karamellit, mää sain kaikki, ne paperiset semmoset, koviahan ne oli ...mää sain ne mul annettii, äiti anto ei yhtään sanottu ettei saa ottaa, kaikki mää sain mut en mää niit mittää syöny ..se on mul jääny mieleen et se oli nii hieno asia...”

Muiston kautta käy ilmi, että sellaisenkin asian saaminen, mitä ei voinutkaan käyttää on ollut merkitys. Lapselle on annettu jossain tilanteessa jotain, mitä muuten ei olisi

saanut. Äidiltä saadut joulukuusen karamellit, vaikka kovia olivatkin, jättivät muiston, joka seitsemänkymmentä vuotta myöhemmin katsotaan yhdeksi elämän parhaimmista hetkistä. Tämä muisto kuvaa pienten asioiden merkitystä.

Myös seuraavan muiston taustalla on karamellit, mutta muisto on nyt enemmän makukokemus:

”...siin oli mylly siin kaupan lähellä..sitä me saatiin, se oli niinko karamellia semmonen mikä juoma se oli, pussis semmonen punane kun en mää muist se nimee enää, kyl se oli hyvää ja sit kahvii vai oliko se korviket ni isä sano et ei lapset sitä saa tulee musta tukka. Ja sit pastilleit saatii, no hyvää ne oli...”

Toisaalta esille nostettiin myöskin muistoja sellaisista aineellisista asioista, joilla on ollut selkeä käyttötarkoitus kuten isän tekemät sukset tai leikkimökki. Myös vielä olemassa oleva asia, voi olla myös muiston alkulähde:

”...ja sitte talvesta mul o semmone muisto, ko isä teki mulle ensimmäiset sukset, mää ole ollu kuus vuotias, ko mää lähdin sit näyttämää kaverilleni niitä suksia, mää ole ny saanu, mää lähdin heti näyttämään...”

”...ja mää oli sitte kolmetoista ku isä osti mulle ompelukoneen, isä kehu et se on sitte sun konees...ko mää muutin tänne ni mää sanoin muk-suille että kaikki muut saatte viedä vaikka hornan tuuttiin mut tuo lipasto ja ompelukone ne jätätte...”

6.1.4 Hauskanpitoa koskevat muistot

Lapsuuden leikit, isossa lapsilaumassa kulkeminen, juhannukseksi aittaan muutto nuoruuden hauskanpito olivat niitä asioita jotka saivat hymyjä kertojiensa huulille:

”... Meit oli semmone lauma, se oli hienoo...seki tietysti oli me pääsimme juhannukseks muuttaa aittaa...lapset muutti sinne...pojat nukku toises sänkys ja mää oli siskoni kans toises sänkys. Se oliki meinaa siivo sitte, me otettii sisäikkunat pois ja vaihrettii verhot ja kaikki siivottii...kyl siel o paljo semmosia kohokohtia...”

”...ja mää oon ollu mikäs se ny oli kolmetoista ku sota sytty ja mää oli kahdeksatoista ku tuli ensimmäiset tanssit. (naurua) Se oli pitkä aika, tietysti oli jotain nurkkatansseja sitte... ja ne on ollu poikain kutsut sillo viel ja mää sain niihi kutsun sitte...”

”...meil oli sitte semmone emäntä et se oli aika tarkka ei pojat saanu koskaa mulle tulle puhumaan mitään, kehu et se täytyy sitte tietää. mut yhden kerran mun täytyy se nauraa vieläkin, emäntä oli vanhapiika, se oli sitte Rauma Repolan eiku Vapon pomoja ja radiosta tuli Kyllikki valssi (nauraa) ja tämä ikäneito oli Kyllikki ja se yks Vapon mies se kaappas Kyllikin yhtäkkiä ja rupes tanssimaan Kyllikin kans keittiön lattialla (nauraa) jos Kyllikki viel oot entinen tuu käymään mun kanssain (nauraa) sielt on niin monta monta monta hauskaa niitä tulee mieleen ja varsinkin tällai vanhempana.”

Nuoren aikuisuuden muistoina mainitaan ainakin ensimmäisen lapsen syntymä, ja hauskana hetkenä mieleen tulee lapsen nimenanto:

”...oli se hienoo sitte semmonekin vielä ku pojalle nimee katottii mää kysyin sitte x:n (miehen) isältä ja se oli semmone vanha patriarkka, nousi seisomaan, se sano et ei kukaan, ja häl o neljä poikaa muu o kysyny, ja ylös kasvakoon ja pitkä mies tulcoon oli meinaan polleeta pappaa...pappa oli sitte jo 80...ja tänä päivänä poika on sitte suvun ainoa x:n niminen, täämmösiä, ne on minusta kaikkien hienompia.”

6.2 Muistoihin palaaminen ja niiden merkitys

Toinen haastatelluista kertoi palaavansa nykyään muistoihinsa päivittäin. Keski- iässä elämän ollessa työntäyteistä pieni rauhallinen hetki antoi tilaa hyvälle muistoille.

”...ku oikein oli työntäyteinen elämä ni sillo ko oikee rauhottu sillai hiuka ni sillo rupes funteeraamaa et voi kuinka oli hienoo ja sillo oli semmosta ja tämmöstä ja isä teki sillai ja talläi...”

Esiin nousi myös mahdollisuus siitä, että aika olisi sittenkin jotenkin kaunistellut menneitä hetkiä, kuitenkin muistojen totuudellisuus ja aitous tuntuivat heti perään kumoavan tuon ajatuksen :

”..vai onko sitte vuosikymmenet kullannu nämä muistot, mutta kyllä nämä kaikki tosia o.”

Tuntuisi siltä, että muistot vaativat rauhan, voidakseen saapua, pienen lepo hetken, jolloin niistä otetaan se voima ja merkitys mikä tarvitaan ja mikä otettavissa on.

Muistojen elämää kannatteleva vaikutus nousi myös esiin toisen haastateltavan kohdalla, hyvät muistot kannattelivat varsinkin silloin, kun oli muuten vaikeampaa. Haastattelussa nousee esiin aivan konkreettinen tilanne, jossa muistoista on ollut apua:

” ... ne on seurannu mua , niitä hyviä, ne on kantanu mun yli elämän. mää olen mennyy urheilijan kans naimisiin ja sit ku urheilu loppu siihe tuli viina, siinä muistot autto.”

Ajattelisin, että harva asia on niin vahva, että sen voi todeta kantaneen ”yli elämän” . Edellisessä lainauksessa tuntuisi kiteytyvän se kannattelevuus, mikä hyviin muistoihin on kätkeytynä. Muistot ovat asioina pieniä, mutta voimaa antavia.

Leikit, luonnosta kaikin aistein nauttiminen, sekä arjen toimet ja työt synnyttivät parhaimpia muistoja. Myös vanhempien tai rakkaimpien aikuisten suoma läheisyys ja

huolenpito usein lyhyinäkin tapahtuneina hetkinä olivat muistoista tärkeimpiä. Metsän tuoksut, karamellien kauniit kuoret, niiden maku ja saaminen jäivät mieleen. Nuorena aikuisena koetut askareet, hauskanpito, tanssit ja ensimmäisen lapsen syntyminen olivat muistoista kalleimpia. Toisten muistojen taustalla vaikuttivat isot menetykset ja aineellisten asioiden vähyys, jolloin vaatimattomalta tuntuva asia sai ison merkityksen. Toisaalta, varsinkin toisen haastateltavan kohdalla parhaiden muistojen taustalla heijasteli myös kodin lämmin ilmapiiri, jonka turvassa myös muistoista tuli hyviä, vaikka ne asioina olivatkin arkisia:

”...ja mul o täytyy sanoa hyvä koti, rakastava koti...vaikka se oli pieni mökki mut siel oli henki semmonen, hyvä henki”

Ajallisesti muistot olivat usein hyvin lyhyitä, mutta sitäkin mieleenpainuvimpia hetkiä. Tutkimuksessani kävi ilmi, että muistoihin on palattu myöhemmän elämän vaikeimpina hetkinä, kuten avioliittoon liittyvissä hankaluuksissa. Kuitenkin todettiin myös muistojen vaativan oman tilansa, eikä elämän kiireisimpinä aikoina kuten keski-ikäisenä niin paljon aikaa ottaa muistoja ajatuksiin. Muistoihin kerrottiin palattavan nyt vanhuudessa hyvin usein, jopa päivittäin. Vanhuudessa muistoihin kerrottiin palattavan ilman erityistä syytä tai tilannetta ja muistoja otetaan esiin myös niitä jonkun kysyessä. Muistoille kerrottiin olevan nyt aikaa.

Varsinkin toisen haastateltavan mielestä muistojen merkitys on ollut erittäin suuri. Toisen haastateltavan isot menetykset näyttivät heijastuvan jonkin verran muistojen merkityksellisyyden kokemiseen, hyvien muistojenkin taustalle nousi aina kaipaus lapsena menetettyyn äitiin. Merkitys oli kaksijakoinen, toisaalta muisto antoi voimaa ja toisaalta menetys muiston taustalla toi yhä vieläkin ikävän.

Puutteesta ja menetyksistä huolimatta katkeruutta ei noussut esiin, lieneekö myös aikakauden arvoilla olevan merkitystä tässä suhteessa. ”Kestävyys, vastuuntunto, toiminnallisuus- nämä ovat lyhyesti luonnehdittuna sotasukupolven ja sodanjälkeisen sukupolven arvoja. Kestämiseen tarvittiin sisua. Tähän vaiheeseen ei kuulunut liika puhuminen, eikä omien vaivojen sääliminen” (Kuorsalo & Saloranta 2005, 29.) Tällainen sisu nousi esiin vieläkin toisella haastateltavista:

”...mun o leikattu yhreksäst eri kohtaa...ko mää oli tuol kuntohoitajal sairaalas, ni se sano, et kui yhdel ihmisel annetaa, ni mää sanoi, et hyväne aika, kyl hyvä se o et ne o yhdel ihmisel, ettei jokasel tule...se on elämänkulku sil ei voi mitää enää...”

Edellisessä heijastelee ehkä sisukkuuden lisäksi myös iän myötä saavutettu jonkinlainen elämäntaito: ”armollisuus ja kiitollisuus, menneen elämän hyväksyminen sekä anteeksianto, nykyhetkestä iloitseminen, itsensä ja muiden arvostaminen sekä huumori tuovat mielen hyvinvoinnin voimavaroja. Joustava, myönteinen elämänsä asenne näyttäytyy elämäkokemuksen ja harjoittelun kautta saavutettavana taitona, johon sisältyvät esimerkiksi irti päästäminen ja anteeksiantaminen, tavoitteiden uudelleenasettelu ja halu toimia muiden hyväksi” (Haarni ym. 2014, 42.)

Tutkimukseni tarkoituksena oli kuvata ikäihmisen merkittävimpiä muistoja ja niiden merkitystä. Tutkimusaineiston analyysiin pohjautuen, voidaan päätellä, että ikäihmisen tärkeimmät muistot liittyvät pääasiassa lapsuus ja nuoruusvuosina koettuihin arkisiin hetkiin. Erityisesti aineellisten asioiden kuvaukset pystyttiin palauttamaan mieleen lähes valokuvan tarkasti. Tuoksut, äänet tunnelmat olivat painuneet kertojiensa mieleen pysyvällä tavalla. Muistoihin on palattu elämän tuomina vaikeina aikoina kaiken ikäisenä, mutta erityisesti nyt vanhuudessa. Muistojen voimaa antavan merkityksen käyttöön otto tuntuu vaativan kiireettömän hetken, oman ajan ja rauhan, jota koetaan nyt vanhuudessa olevan. Muistot koettiin elämää kannattelevaksi asiaksi, mutta niiden merkitykseen vaikuttaa muistojen taustalla olevat suuret inhimilliset menetykset ja eletyn aikakauden olosuhteet. Toiset muistot sisälsivät vahvaa tunnetta, joka nousi vieläkin pintaan muistoa kerrottaessa. Tämänlainen oli esimerkiksi muisto lapsena menetetystä äidistä. Edes muiston kokija ei pystynyt tulkitsemaan muiston merkitystä, äidin kaipuu oli vieläkin niin käsin kosketeltava

Mielenkiintoista oli huomata, että hyvinkin vaatimattomat asiat olivat merkityksellisiä. Sota-ajan karut, surkeatkin olosuhteet antoivat ikään kuin tilan ja kontrastin vähäisillekin asioille ja hetkille, joista sitten tulikin merkityksellisimpiä muistoja koko elämässä. Skinnari (2008, 109) puhuu ihmisen kyvystä nauttia hetkistä, yksinkertaisista asioista, jonka avulla voimme olla onnellisia, riippumatta aina ulkoisista teki-

jöistä. Yksittäisiä muistoja kerrottiin paljon ja tarkasti ja niiden elämää kannatteleva voima oli ilmeinen.

Laajemmin ajateltuna muistojen voima tulisi tiedostaa nykyistä voimakkaammin. Muistelun sisään kätkeytyneet muistot tulisi tietoisesti, kertojansa niin halutessa nostaa esiin niin arjessa kuin ammatillisestikin. Muistojen kerronta suoraan kuulijalleen oli yhteen liittävä kokemus, menneiden henkilökohtaisten hetkien kuuleminen herätti kunnioitusta ja myötätuntoa niiden kertojaa kohtaan. Muistojen kertominen taas tuntui lisäävään ikäihmisen osallisuuden tunnetta, hänellä on jotakin ainutkertaista kerrottavaa. Muistojen ulos kertominen mahdollistaa myös niiden olemassaolon elämän päätyamisen jälkeen ja antaa inhimillisen vivahteen aikaansa vasten.

7 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

7.1 Eettisyys

Tutkimukseeni osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen. Hankin tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden suostumuksen henkilökohtaisesti tavatessani heidät. ”Termi suostumus (consent) tarkoittaa sitä, että henkilö on pätevä tekemään rationaalisia ja kypsiä arviointeja ja että, osallistumista koskevan suostumuksen tulee olla vapaaehtoista, vapaata pakotuksesta.” (Hirsjärvi ym. 2013, 25). Tavatessani tutkimukseen osallistuvat henkilöt uudestaan haastattelupäivinä, tein heidän kanssaan kirjallisen sopimuksen tutkimukseen osallistumisesta. (Liite. 2) Tällöin vakuutuin myös siitä, että tutkimukseeni osallistuvilla henkilöillä oli kyky ymmärtää tutkimustani koskeva annettu informaatio. Haastatteluhetkellä nostin esiin mahdollisuuden keskeyttää tai lopettaa haastattelu haastateltavien niin halutessa.

Katson tutkimukseni eettisyyttä nostavaksi tekijäksi oman kokemukseni työn mielekkyydestä. Tutkimustyön aihe oli itselleni niin tärkeä ja mieleinen, että halusin käyttää siihen aikaani ja voimiani, kuitenkin kokematta tutkimistyön tekemistä missään vaiheessa taakaksi, päinvastoin.

Tutkimusaineiston käsittelyssä noudatin erityistä huolellisuutta. Käsittelin saatua aineistoa niin, ettei niissä ole henkilöiden tai joidenkin paikkojen nimiä, joista haastateltavat voitaisiin tunnistaa. Huolehdin myös saadun aineiston asianmukaisesta hävittämisestä sen käyttämisen jälkeen.

7.2 Luotettavuus

Katson tutkimukseni luotettavuutta lisänneen tutkimusaineiston omakohtaisen keräämisen ja sitä kautta myöskin aineiston hyvän tuntemisen. Haastateltavien määrä oli vähäinen, kaksi henkilöä, kuitenkin katson tämän lisänneen tutkimuksen luotettavuutta, tuntiessani saadun aineiston perinpohjaisesti. Koin pienempään aineistoon perehtymisen olevan analyysin kannalta syvällistä ja mielekästä ja katson sen luotettavuutta lisääväksi tekijäksi. ”Laadullisessa tutkimuksessa aineistona voi olla vaikkapa vain yksi tai yhden henkilön haastattelu. Koska tarkoituksena ei ole etsiä keskimääräisiä yhteyksiä, eikä tilastollisia säännönmukaisuuksia, aineiston koko ei määrydy niihin perustuen” (Hirsjärvi ym. 2013, 181.) Toisaalta haastateltavien suurempi joukko olisi saattanut tuoda lisää uusia näkökulmia työhöni, esimerkiksi muistojen merkityksellisyyden kokemus olisi voinut olla erilaista. Luotettavuutta lisääväksi tekijäksi koin myös haastateltavien oman vapaaehtoisen halun osallistua tutkimukseen. Luotettavuuteen myönteisesti vaikutti varmastikin myös kokemukseni vanhustyöstä, joka osaltaan auttoi haastattelutilanteissa myönteisen, lämpimän ilmapiirin luomiseen.

Yksi tärkeä tekijä luotettavuuden kannalta oli mielestäni haastattelujen nauhoittaminen. Aineistonkeruu ei jäänyt pelkkien muistiinpanojeni tai muistini varaan, vaan pystyin jälkikäteen sanantarkasti palaamaan kerrottuun aineistoon. Nauhoitetun aineiston kautta myös äänenpainot, nauru tai muut äänenväriin liittyvät asiat kertoivat asioiden merkityksistä enemmän kuin esimerkiksi kirjallinen tuottaminen. Katson myös suorien lainauksien lisäävän tutkimuksen luotettavuutta, tuoden inhimillistä näkyvyyttä aineistoon. Luotettavuutta nostaa myös analyysin mahdollisimman tarkka kuvaus, lisäten työn läpinäkyvyyttä. Oma mielenkiintoni elettyä elämää ja sen kertomista kohtaan voidaan myös lukea luotettavuutta nostaviin tekijöihin.

8 POHDINTA

Tutkimukseni tarkoituksen oli kuvata ikäihmisen tärkeimpiä muistoja ja niiden merkitystä myöhemmin elämässä. Tutkimuksessani nousi esiin yksityiskohtaisen tarkasti kuvattuja muistoja ja tutkimukseni osoitti niiden merkityksen erityisenä elämää kannattelevana asiana. Tutkimuksessani kävi kuitenkin ilmi, että hyvienkin muistojen taustalla vaikuttaneet ikävät asiat tuntuivat himmentävän muistojen merkityksellisyttä. Vastoin aiempien tutkimusten antamaa suuntausta, tässä tutkimuksessa ei noussut esiin kielteisistä kokemuksista selviytymisen muistoilla olevan merkitystä voimautumisen kannalta. Toisaalta voi kysyä, olisivatko hyvätkään muistot niin kirkkaita, jos niiden tausta ei olisi välillä ollut synkempi. Muistojen hyödyntäminen voimavaraksi näyttäisi vaativan tietynlaisen ihmisen ja luonteen, tutkimukseeni osallistuneilla sellainen oli. Toisenlainenkin tilanne olisi ollut mahdollinen, kaikilla ei ole kykyä tai halua käyttää tai nähdä hyviä muistojaan. Muistoihin lukkiutuminen tai katkeruus eivät vaikeistakin kokemuksista huolimatta nousseet tässä tutkimuksessa esiin. Ei siitäkään huolimatta, että toiset muistoista olivat äärimmäisen vaatimattomia, jopa karuja, mutta sittenkin pohjavireeltään positiivisia.

Tutkimukseni nosti erityisenä esiin yksittäisten hetkien ja niistä syntyneiden muistojen merkityksellisuuden. Muistoja kuvattiin jopa tärkeimmäksi asiaksi koko elämässä. Tutkimukseni kautta koen tavallaan löytäneeni tai paljastaneeni jo olemassa olevan asian, joka on jätetty varsinkin ammatillisesti melkein kokonaan huomiotta. Kun puhutaan esimerkiksi voimavaralähtöisestä vanhustyöstä, muistojen huomiointi ja niiden tallentaminen esimerkiksi muistitikulle voisi olla yksi tapa hyödyntää kertynyttä kokemuksellisuutta ja näin varmistaa niiden olemassaolo jatkossakin. Käytännön hoitotyötä tehtäessä, varsinkin muistisairaiden kanssa, parhaimpien muistojen tuoma hyvä mieli saattaa edistää kanssakäymistä arjen toimissa. Myös ikäihmisen oman historian ja kansallistenkin vaiheiden tuntemukselle tulisi mielestäni antaa jonkinlaista painoarvoa esimerkiksi vanhustyön koulutuksissa. Tutkimukseni osoitti, että vuorovaikutusta selkeästi edistävän, että tiesin jotain kertojien elämästä aikakaudesta. Se että elämä on nyt niin erilaista, ei ole huono asia, mutta jos me emme tiedä mitään esimerkiksi sodan aikaisten lasten elämästä, emme voi myöskään heitä vanhoina täy-

sin ymmärtää. Meidän tulee tiedostaa, että muunlaistakin elämää on ollut, mutta toisaalta myös antaa ihmiselle mahdollisuus olla tässäkin päivässä näkemättä häntä vain menneen ajan edustajana. Muistoja ei pidä myöskään pakottaa esiin, on annettava vapaus myös jättää kertomatta. On kertojan päätettävissä mikä on niin omaa, ettei se kuulu muille. Tärkeäksi koin myös kunnioittaa muistoja kertojansa totuutena.

Tutkimukseni sai minut ajattelemaan, minkälaisia muistoja tästä ajasta syntyy? Muistot ovat varmasti erilaisia, kotipaikan ja sitä ympäröivän luonnon merkitys saattaa jäädä paljon pienempään rooliin kuin aikaisemmin. ”sekä sukupolvien ketjun että paikkasidosten löystyminen merkitsevät sitä, että myös traditionaaliset yhteisölliset siteet kirpoavat ja elämänkulku sitoutuu tiukemmin yksilöllisiin projekteihin ja suunnitelmiin. Siinä missä aiemmin perhe, suku ja syntyperä taustoittivat yksilön elämänkulkua ja puuttuivat elämää koskeviin päätöksiin ja sen vaihteistuksiin, yksilöt muodostavat nyt itse lähisuhteensa ja valitsevat tärkeät yhteisönsä vapaammin omien intressiensä ja tavoitteidensa mukaan” (Heikkinen & Tuomi 2000, 83.) Yksilökeskeisyys, virtuaalitodellisuus, niistäkö syntyvät tulevaisuuden muistot ja voivatko ne kantaa. Kertooko tämän päivän lapsi 80- vuotiaana Facebook- päivityksestään, jolla oli 140 tykkääjää? Mikä on tämän muiston merkitys tai voima?

Ajattelun aihetta antaa myös muistojen suhde muistelemiseen. Muistojen ja muistelun välinen ero on häilyvä, mutta kuitenkin jossain määrin olemassa. Muistoista puhuttaessa, niitä kutsutaan usein helmiksi. Ajattelin, että muistelu on tavallaan se tausta, mihin muistojen helmiä kiinnittyy. Mielestäni on tärkeää huomata muistojen henkilökohtainen ainutkertainen ja herkkä olemus. Kertomattomat muistothan katoavat kokonaan kokijansa mukana, kun taas eletyn aikakauden muistelu jää historiallisena totuutena elämään. Muistojen kalleudesta puhuttaessa saattaa siis olla kysymys niiden henkilökohtaisesta ja katoavaisesta olemuksesta. Yksittäisten muistojen talteen saaminen antaa ikään kuin pieniä kuvia isompaa ajallista taustaa vasten.

Miten paljon ikäihmisten muistoja sitten jää kertomatta siksi, ettei kukaan ehdi pysähtyä heitä kuulemaan? Tutkimukseni osoitti, että jo muiston saapuminen vaatii oman rauhansa, tämän rauhan lisäksi tarvitaan vielä aikaa kuunnella. Kertomisella jo sinänsä on merkityksensä, on tärkeää tulla kuulluksi ja kokea osallisuutta. Toisaalta muistoista saa voimaa myös hiljaa, muistamalla niitä vain itselleen. Ihmiselle pitää antaa tila palata omiin tärkeisiin hetkiinsä ja viettää aikaa niiden seurassa. Tässäkin

tutkimuksessa kerrotut muistot ovat jo antaneet hiljaista voimaansa ennen kuin ovat tulleet edes kerrotuiksi. Kulthaako tyytyväinen mieli sitten muistoja? Ehkäpä näin, kenties tyytyväisen luonteen omaavilla ihmisillä on parempi kyky ”käyttää” muistoja voimanaan, kääntää ne edukseen. Olisiko kysymys myös mainitusta elämänviisaudesta, johon liittyy myös kiitollisuuden kokeminen. Taustakirjallisuudessa mainittu menneille tapahtumille annettu merkitys myönteisen itsearvostuksen tuojana, osoittautui tämän tutkimuksen osalta paikkansapitäväksi. Ehkä aika ei sittenkään kul-
taa muistoja, vaan toiset meistä tekevät sen itse ja toisten muistot vain jäävät hopei-
siksi.

Jatkossa muistojen tutkimista voisi laajentaa esimerkiksi erilaisten kasvuolojen ja aikuisuuden muistojen merkityksiin. Olisi myös kiinnostavaa tutkia tämän tutkimuk-
sen haastateltavien kanssa samaa ikäpolvea edustavien miesten muistoja. Mitä muis-
toja saman eletyn ajan olosuhteissa syntyi pojille ja nuorille miehille, ja minkälaisia
merkityksiä he ovat saaneet muistoilleen? Myös tämän tutkimuksen teoriaosuudessa
mainittu käsite sukupolvikokemusten jakamisesta olisi kiinnostava tutkimuskohde.
Miten esimerkiksi nuorten ja ikäihmisten jaetut kokemukset ja muistot edistävät vuo-
rovaikutusta?

Tutkimukseni koskiessa vain kahta ihmistä, tutkimustulokset eivät sinänsä ole yleis-
tettävissä. Toisaalta ainakin merkitysten kohdalla voi ajatella Aristoteleen tavoin yk-
sityisessä toistuvan yleisen. Jos taas ajatellaan tutkimuksessani esiin nousseita muis-
toja, niiden arvo on juuri yksilöllisyydessä, eikä yleistettävyydessä. Niitä ei voida
mitenkään sivuuttaa niiden ainutkertaisen ja siksi arvokkaan sisältönsä takia. Elämän
tarkoituksellisuuden etsiminen on aina ollut osa ihmisyyttä. Muistot saattavat olla
yksi tie elämän merkityksen löytämiseen ja hetkistä kiinni ottamiseen.

Tämän tutkimuksen, elettyjen hetkien ja niistä syntyneiden muistojen merkitykselli-
syys on olemassa ja tämä kaikki on ehkäpä hiljaa tiedetty jo kauan sitten. Kaikki se
kiitollisuus, itsensä armahtaminen ja pienien hetkien kalleus, mikä nousi tämänkin
tutkimuksen puitteissa esiin, on usein kerrottu parhaiten laulujen sanoissa. Palaan
uudelleen alkuun, kuten muistelijatkin, itsekin sota- aikana nuoruuttansa viettänyt
Lasse Pihlajanmaa sanoitti nuoruusmuistonsa valssiksi, jonka viimeinen säkeistö ker-
too paljon: ” on elomme muistoja vain, on elomme haaveita vain, päivät sen, nuo-

ruuden kulkee ohitse kimaltaen” Muistojen helmet, miksi ne oikein kimaltelevat? Ne kimaltelevat ehkä onnea, kyyneleitäkin, mutta eniten, sittenkin eniten ne kimaltelevat omaa puhdasta aitouttaan.

LÄHTEET

Aaltoila, J. & Valli, R. 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS- kustannus.

Draaisma, D. 2011. Muistikirja. Jyväskylä: Atena.

Dunderfelt, T. 2006. Voimavarana itsetuntemus. Helsinki: Kirjapaja oy.

Erkinjuntti, T., Alhainen, K., Rinne, J. & Huovinen, M. (toim.) 2006. Muistihäiriöt. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Fried S., Heimonen S.-L., Jokinen P. 2013. Mielen vahvistamisen keinoja kertyy elämäkokemuksen myötä. Vanhustyö 1, 44- 45.

Haarni, I., Viljanen, M., Hansen, M. 2014. Ikääntyvä mieli, mielen hyvinvointia vanhetessa. Jaarli oy. Viitattu 8.10.2014.

[http://www.mielenterveysseura.fi/files/2737/ikaantyvamieli_final_low_\(2\).pdf](http://www.mielenterveysseura.fi/files/2737/ikaantyvamieli_final_low_(2).pdf)

Heikkinen, E., Jyrkämä, J., Rantanen, T. (toim) 2013. Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Heikkinen, E. & Tuomi, J. 2000. Suomalainen elämäntietä. Helsinki: Kustannus Oy Tammi.

Hirsjärvi, S., Remes P., Sajavaara P. 2013. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hohenthal - Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. Jyväskylä: PS kustannus.

Hohenthal – Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi. Jyväskylä: PS kustannus.

Jefferson, A. Singer. 2008. Persoonallisuus psykoterapiassa, mitä siitä tiedämme. Edita publishing Oy.

Kalakoski, V. 2007. Muistikirja. Helsinki: Edita.

Kallioniemi, J. 2006. Sotavuosien konsteja ja korvikkeita. Vähä- Heikkilän kustannus.

Keskinen, J., Seppälä, S., Teräs, K. 2012. Häkäpöntöstä nurkkatansseihin, arjen ilmiöitä sota- aikana. Uniprint Turku.

Kuorsalo, A., Saloranta, I. 2005. Evakkolapset. Helsinki: Gummerus kustannus.

Linnilä, K. 2013. Kotirintaman monet kasvot. Liettua: Amanita.

Lyytinen, P, Korkiakangas, M, Lyytinen, H (toim.) 2008. Näkökulmia kehityspsykologiaan, kehitys kontekstissaan. Helsinki: WSOY.

MacDonald, M.2009. Aivot, käyttäjän käsikirja. Saarijärven Offset Oy.

Marin, M, Hakonen, S (toim). 2003 Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS- kustannus.

Mikkeli, H & Pakkasvirta , J. 2007. Tieteiden välissä. Helsinki: WSOY.

Pöllänen, M. 2013. Muistelu- ja terveystikun hanketta kypsytetään toiminnaksi. Vanhustenhuollon uudet tuulet 1, 16- 17.

Pihlajanmaa, L. 1969. Nuoruusmuistoja. Fazer records, Warner Music Finland Oy.

Reinikainen, P.2007. Elämänkaarikirjoitus. Helsinki: Kirjapaja.

Saarenheimo, M. 1997. Jos etsit kadonnutta aikaa. Tampere: Vastapaino.

Saarenheimo, M, Pietilä , M, Maununaho, S, Tiihonen,A, Pohjalainen, P.2013a. Ikäpolvien taju- elämänkulku ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa. RAY. Viitattu 20.10.2013. <http://www.ikapolvet.fi/images/stories/artsiikpsema2201142.pdf>

Saarenheimo, M, Pietilä, M, Tiihonen, A, Pohjalainen,P, Maununaho, S, Raitakari, S& Aarnisalo, L. 2013b. Neljän polven treffit, Ikäpolvitoiminnan opas. Vanhustyön keskusliitto. Viitattu 20.10. 2014. http://ikapolvet.fi/images/stories/neljan_polven_treffit_webres.pdf

Skinnari, S. 2008. Elämänkoulu. Jyväskylä: PS-kustannus

Suomen virallinen tilasto. 2010. Tautikuolleisuus 1936- 2010, 2. Kuolemansyyt. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 28.10. 2014. http://www.stat.fi/til/ksyyt/2010/ksyyt_2010_2011-12-16_kat_003_fi.

Tudor- Sandahl, P. 2006. Kolmas ikä. Helsinki: Kirjapaja oy.

Voutilainen, P, Tiikkainen, P. (toim) 2009. Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: Sanoma pro.

Haastatteluun etukäteen mietittyjä teemoja:

- Paras aika elämässä
- kauneimmat muistot
- muistojen kannattelevuus
- muistojen erityisyys
- muistojen antama voima
- muistojen kirkkaus
- muistot yli muiden
- tunnelman kuvaus
- äänet/tuoksut, maut
- miltä tuntuvat nyt?
- muistoihin palaaminen elämässä/ tilanteet
- keski-iässä muistoihin palaaminen/ tilanteet
- miten usein palattu muistoihin?
- muistojen merkitykset aikaisemmin/nyt
- merkitysten arviointi

Suostumus tutkimushaastatteluun

Suostun osallistumaan geronomiopiskelija Riitta Pöystin opinnäytetyötä koskevaan haastatteluun. Opinnäytetyön aiheena ovat muistot ja niiden merkitys elämässä. Opinnäytetyö valmistuu jouluuun 2014 mennessä.

Minulle on selvitetty tutkimuksen tarkoitus. Olen tietoinen siitä, että haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja voin halutessani keskeyttää haastattelun milloin tahansa ja kieltää haastatteluaineiston käytön tutkimuksessa. Olen myös tietoinen siitä, että henkilöllisyyteni ei tule esiin tutkimuksessa, eikä muissakaan tutkimustyön vaiheissa. Suostun siihen, että haastattelu nauhoitetaan. Haastatteluaineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja se hävitetään opinnäytetyön valmistuessa.

Aika ja paikka:

Allekirjoitukset:

Suostumuksen antaja

Geronomi- opiskelija

Riitta Pöysti, Satakunnan ammattikorkeakoulu